



## LA CAROVANA O.N.L.U.S.

Via Pellizza da Volpedo 30 - 40139 Bologna Tel. 051 494721 - Fax 051 548547 Sito: lacarovanacoop.com Email: info@lacarovanacoop.com



# **ALCOL**



## CHE COSA È?

Si ottiene per fermentazione o distillazione e il suo quantitativo è espresso in %vol sull'etichetta delle bottiglie.

Effetti e rischi sono legati a diversi fattori: sesso, età, peso e massa corporea, stato di salute, velocità di assunzione, gradazione delle bevande, mix di bevande, stomaco pieno o vuoto, stanchezza, uso di farmaci o di altre sostanze stupefacenti, contesti di consumo e stato d'animo. Agisce sul Sistema Nervoso Centrale "rallentando" (deprimendo) le sue funzioni.

Le bevande alcoliche fermentate hanno una percentuale di **alcol** minore delle bevande distillate. In Italia l'**alcol** è legale ma regolamentato ed è vietata la vendita e la somministrazione ai minori di 18 anni.

#### EFFETTI:

A basse quantità può dare loquacità, rilassatezza, facilità nei rapporti sociali, ridurre la timidezza o il senso di imbarazzo, cambi di umore, allegria, rallentamento dei riflessi e del pensiero;

A quantità medie può dare sonnolenza, rendere noiosi e piagnucoloni, litigiosi, violenti o aggressivi, ridurre la capacità di valutare situazioni e conseguenze, rallentare i riflessi, ridurre concentrazione e attenzione, "sbiascicamento" delle parole, nausea.

A quantità alte può dare nausea, sonnolenza forte, difficoltà a parlare, difficoltà a tenere gli occhi aperti, perdita dell'equilibrio, vomito, perdita di coscienza.

### **RISCHI:**

#### DIRETTI:

Bruciori di stomaco, nausea, vomito, gastriti, ulcere, problemi di erezione, malattie del fegato e del pancreas, perdita della memoria, riduzione dell'attenzione e dei riflessi, restringimento del campo visivo, confusione, ansia, irritabilità, scarsa coordinazione e perdita dell'equilibrio.

Può produrre assuefazione, tolleranza e dipendenza. L'abuso anche occasionale e la pratica di bere velocemente aumentano il rischio di overdose e possono portare alla perdita di coscienza, al coma etilico e alla morte.

#### INDIRETTI:

Risse, incidenti stradali, violenza subita o agita, rischi di non proteggersi nei rapporti sessuali, ritiro della patente e sanzioni economiche, vivere esperienze che passata l'ubriacatura potrebbero lasciare sensazioni o situazioni negative.

#### **ATTENZIONE**

#### Prestate attenzione agli amici e amiche con cui siete.

- Se sta avendo comportamenti rischiosi cercate di aiutarlo o aiutarla a non farsi male.
- Se qualcuno sta bevendo troppo provate a farlo smettere o a ridurre i rischi facendogli bere dell'acqua e aumentando i tempi tra una bevuta e l'altra.
- ➤ **Se** inizia a stare male o ad addormentarsi non lasciatelo o lasciatela sola, fategli prendere un po' d'aria e camminare.
- Se è cosciente ma sta male perché ha bevuto troppo non provocate il vomito.
- Se si addormenta e non reagisce quando lo chiamate, chiedete aiuto. Non abbiate timore a chiamare il 118 e ad avvisare un adulto. Potrebbe essere a rischio di coma etilico e chiamare potrebbe salvargli la vita.